



Профессиональное выгорание среди врачей Амурской области: анализ опроса и факторов риска

Татьяна Владимировна Кан[✉], Ирина Владимировна Барабаш,
Сергей Васильевич Ходус

Амурская государственная медицинская академия Минздрава России, 675000, г. Благовещенск, ул. Горького, 95, Россия

[✉] Автор для корреспонденции: Татьяна Владимировна Кан, tanechka_malik@mail.ru

АННОТАЦИЯ

Актуальность. Профессиональное выгорание среди медицинских работников, особенно в urgentных специальностях, таких как анестезиология, реаниматология, хирургия, неонатология, акушерство представляет собой одну из наиболее острых проблем современного здравоохранения. В профессиях, где основным «инструментом» труда является личность специалиста, а цена ошибки максимальна, синдром выгорания приобретает характер профессиональной эпидемии. **Цель исследования** – комплексное изучение и анализ текущего уровня профессионального выгорания, его структуры и основных детерминантов среди врачей в Амурской области.

Материал и методы. Проведено кросс-секционное исследование 66 врачей Амурской области, среди которых 39 (59,1%) анестезиологов-реаниматологов и 9 (13,6%) неонатологов. Также в выборку вошли педиатры ($n=6$), хирурги ($n=5$), терапевты ($n=4$), офтальмологи ($n=2$) и неврологи ($n=1$). Оценку профессионального выгорания проводили с использованием адаптированной русскоязычной версии опросника MBI (Maslach Burnout Inventory). Рассчитывали описательные статистики, коэффициент корреляции Пирсона (r), для сравнения групп применяли t -критерий Стьюдента и ANOVA. Статистическая значимость принималась при $p<0,05$.

Результаты. Результаты исследования подтверждают высокий уровень профессионального выгорания среди врачей, работающих в условиях повышенной нагрузки и стресса, что согласуется с национальными и зарубежными исследованиями. Частые или очень частые симптомы эмоционального истощения отмечали 32,3% врачей, утреннюю усталость – 29,2%, высокие трудовые затраты – 26,2%, истощение эмоциональных ресурсов – 23,1%. Выявлено, что работа в стационаре увеличивает риск профессионального выгорания по сравнению с амбулаторным приемом ($r=0,45$, $p<0,01$).

Заключение. Среди всех врачебных специальностей наиболее уязвимыми являются анестезиологи-реаниматологи, хирурги, неонатологи и врачи скорой помощи, то есть те, кто работает в режиме хронического стресса, с ненормированным графиком, частыми ночными дежурствами, постоянным контактом с критическими состояниями и летальными исходами. Требуются переосмысление факторов риска и разработка адаптивных стратегий профилактики.

Ключевые слова: профессиональное выгорание; врачи; анестезиологи-реаниматологи; эмоциональное истощение; медицинские специальности

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Благодарности. Авторы выражают благодарность всем врачам, принявшим участие в исследовании.

Для цитирования: Кан Т.В., Барабаш И.В., Ходус С.В. Профессиональное выгорание среди врачей Амурской области: анализ опроса и факторов риска. *Амурский медицинский журнал*. 2026; 14 (3): 41–46.

DOI: <https://doi.org/10.22448/AMJ.2026.3.41-46>

EDN: <https://elibrary.ru/KUUJQX>

Статья поступила: 19.05.2026

Результаты рецензирования: 10.07.2026

Принята к публикации: 23.08.2026

Professional burnout among physicians in the Amur Region: survey analysis and risk factors

Tatiana V. Kan[✉], Irina V. Barabash, Sergei V. Khodus

Amur State Medical Academy, 95 Gorky Str., Blagoveshchensk, 675000, Russia

[✉] Author for correspondence: Tatiana V. Kan, tanechka_malik@mail.ru

ABSTRACT

Background. Professional burnout among healthcare workers, particularly in emergency specialties such as anesthesiology, critical care, surgery, neonatology, and obstetrics, represents one of the most pressing issues in modern healthcare. In professions where the primary "tool" is the specialist's personality and the cost of error is maximal, burnout syndrome takes on the character of a professional epidemic.

Objective – to comprehensively study and analyze the current level of professional burnout, its structure, and its main determinants among physicians in the Amur Region.

Material and methods. A cross-sectional study was conducted involving 66 physicians from the Amur Region, including 39 (59.1%) anesthesiologists-intensivists and 9 (13.6%) neonatologists. The sample also included pediatricians ($n=6$), surgeons ($n=5$), internists ($n=4$), ophthalmologists ($n=2$), and neurologists ($n=1$). Professional burnout was assessed using the adapted Russian-language version of the Maslach Burnout Inventory (MBI). Descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient (r), Student's t -test, and ANOVA were used for group comparisons. Statistical significance was set at $p<0.05$.

Results. The findings of a study confirm a high level of professional burnout among physicians working under conditions of increased workload and stress, consistent with national and international studies. Frequent or very frequent symptoms of emotional exhaustion were reported by 32.3% of physicians, morning fatigue by 29.2%, high effort expenditure by 26.2%, and depletion of emotional resources by 23.1%. Hospital-based work increased the risk of professional burnout compared to outpatient practice ($r=0.45$, $p<0.01$).

Conclusion. Among all medical specialties, the most vulnerable are anesthesiologists-intensivists, surgeons, neonatologists, and emergency physicians – those who work under chronic stress, with irregular schedules, frequent night shifts, and constant exposure to critical conditions and fatal outcomes. There is a need to rethink risk factors and develop adaptive prevention strategies.

Keywords: professional burnout; physicians; anesthesiologists-intensivists; emotional exhaustion; medical specialties

Funding. The study was not sponsored.

Conflict of interest. The authors declare no conflicts of interest.

Acknowledgments. The authors express their gratitude to all the doctors who participated in the study.

For citation: Kan T.V., Barabash I.V., Khodus S.V. Professional burnout among physicians in the Amur Region: survey analysis and risk factors. *Amur Medical Journal*. 2026; 14 (3): 41–46.

DOI: <https://doi.org/10.22448/AMJ.2026.3.41-46>

EDN: <https://elibrary.ru/KUUJQX>

Received: 19.05.2026

Peer review: 10.07.2026

Accepted for publication: 23.08.2026

阿穆尔州医生职业倦怠：问卷调查与危险因素分析

Tatiana V. Kan[✉], Irina V. Barabash, Sergei V. Khodus

阿穆尔国立医学院, 俄罗斯, 布拉戈维申斯克市, 高尔基街95号, 邮编675000

[✉] 作者是为了通信: Tatiana V. Kan, tanechka_malik@mail.ru

摘要

研究相关性。医务工作者职业倦怠, 尤其是麻醉学、复苏学、外科学、新生儿学及产科学等急救专业领域, 是当代医疗卫生体系中最严峻的问题之一。在那些以从业者自身人格为主要“劳动工具”且差错代价极高的专业中, 职业倦怠综合征已呈现职业流行病的特征。

研究目的 — 全面评估并分析阿穆尔州医生职业倦怠的现状水平、结构特征及其主要决定因素。

材料与方法。 对阿穆尔州66名医生进行横断面调查研究, 其中麻醉-复苏医生39名(59.1%), 新生儿科医生9名(13.6%)。样本亦包括儿科医生($n=6$)、外科医生($n=5$)、内科医生($n=4$)、眼科医生($n=2$)及神经科医生($n=1$)。职业倦怠评估采用MBI (Maslach Burnout Inventory) 俄语改编版问卷。统计分析包括描述性统计、皮尔逊相关分析(r), 组间比较采用学生 t -检验及单因素方差分析(ANOVA), 统计显著性水平设为 $p<0.05$ 。

结果。 研究结果证实了高负荷及高压环境下医务工作者的职业倦怠水平较高, 与国内外相关研究结论一致。32.3%的医生报告频繁或极频繁出现情绪耗竭症状, 29.2%存在晨起疲劳感, 26.2%报告高劳动投入, 23.1%自感情绪资源耗竭。住院部工作相较门诊工作显著增加职业倦怠风险($r=0.45$, $p<0.01$)。

结论。 在所有医学专业中, 风险最高的群体为麻醉-复苏医生、外科医生、新生儿科医生及急救医生, 即那些长期处于慢性应激状态、作息不规律、频繁值夜班、持续接触危重病情及死亡病例的专业人员。亟需重新审视相关危险因素并制定针对性的适应性预防策略。

关键词: 职业倦怠; 医生; 麻醉-复苏医生; 情绪耗竭; 医学专业

融资。 这项研究没有赞助。

利益冲突。 作者声明不存在利益冲突。

谢谢。 作者要感谢所有参与该研究的医生。

引用本文: Kan T.V., Barabash I.V., Khodus S.V. 阿穆尔州医生职业倦怠: 问卷调查与危险因素分析. *Amur Medical Journal*. 2026; 14 (3): 41–46.

DOI: <https://doi.org/10.22448/AMJ.2026.3.41-46>

EDN: <https://elibrary.ru/KUJQX>

收到: 19.05.2026

审稿结果: 10.07.2026

接受: 23.08.2026

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональное выгорание (ПВ) – это состояние эмоционального, физического и умственного истощения, возникающее в результате продолжительного стресса на рабочем месте [1]. Оно широко распространено среди медицинских работников, что связано с высокими требованиями к их профессионализму, эмоциональной вовлеченностью и постоянным взаимодействием с пациентами в условиях интенсивного и зачастую стрессового рабочего процесса [1–3].

Исследования показывают, что врачи, особенно работающие в ургентных и высоконагруженных специальностях, подвержены высокому риску ПВ [3]. Это состояние негативно сказывается не только на их здоровье, но и на качестве медицинского обслуживания, что может привести к ухудшению результатов лечения пациентов [3]. Пандемия COVID-19 усугубила эту проблему, повысив уровень стресса, увеличив нагрузку и создав дополнительные вызовы в итак сложной медицинской среде [4].

Понимание факторов, способствующих возникновению и прогрессированию ПВ, а также оценка его текущего уровня среди врачей в различных регионах, имеют важное значение для разработки эффективных стратегий профилактики и поддержки [5]. В этом исследовании мы стремились выявить уровень и характери-

стики ПВ среди врачей Амурской области, уделяя особое внимание анестезиологам-реаниматологам и другим медикам, работающим в условиях высокой ответственности и нагрузки.

Помимо организационных и экономических факторов, важную роль в развитии ПВ играют психосоциальные аспекты, включая сложности общения с пациентами и их родственниками, что особенно выражено в отделениях реанимации и интенсивной терапии, а также неонатальных и детских отделениях. Как показано в наших предыдущих работах, поведенческие маркеры «трудных» пациентов и необходимость оптимизации коммуникации являются дополнительными источниками хронического стресса для врачей анестезиологов-реаниматологов, неонатологов [2, 6, 7].

Цель исследования – комплексное изучение и анализ текущего уровня ПВ, его структуры и основных детерминантов среди врачей ургентных специальностей в Амурской области с целью сравнения полученных данных с допандемийным периодом и зарубежными аналогами для разработки профилактических мероприятий.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Проведено кросс-секционное исследование 66 врачей Амурской области, среди которых 39 (59,1%) анестезиологов-реаниматологов

и 9 (13,6%) неонатологов. Также в выборку вошли педиатры ($n=6$), хирурги ($n=5$), терапевты ($n=4$), офтальмологи ($n=2$) и неврологи ($n=1$).

Оценку ПВ проводили с использованием адаптированной русскоязычной версии опросника MBI (Maslach Burnout Inventory) [1]. Анализировали демографические данные, стаж работы, специальность, график дежурств, субъективную оценку оплаты труда, влияние профессиональной деятельности на личную жизнь, а также стратегии совладания со стрессом. Статистический анализ выполнен с использованием программы IBM SPSS Statistics v. 26. Рассчитывали описательные статистики, коэффициент корреляции Пирсона (r), применяли t -критерий Стьюдента и ANOVA для сравнения групп. Статистическая значимость принималась при $p<0,05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Демографические и профессиональные характеристики выборки

Выборка состояла из 66 врачей, из которых 28 (42,4%) мужчин и 38 (57,6%) женщин. Возрастной диапазон: 25–50 лет, с преобладанием молодых специалистов (25–30 лет, которые составили 36,4%. Стаж работы до 5 лет имели 47,7% респондентов.

Основные специальности: анестезиология-реаниматология (59,1%), неонатология (13,6%), педиатрия (9,1%), хирургия (7,6%), терапия (6,1%), офтальмология (3%), неврология (1,5%).

Уровень ПВ

Частые или очень частые симптомы эмоционального истощения (ЭИ) отмечали 32,3% врачей, утреннюю усталость – 29,2%, высокие трудовые затраты – 26,2%, истощение эмоциональных ресурсов – 23,1%. Деперсонализация и редукция профессиональных достижений, хотя и менее выраженные, также были зафиксированы.

Специфика ПВ по специальностям

Наивысший уровень ЭИ был у неврологов (100%), неонатологов (60%) и анестезиологов-реаниматологов (35,7%). Аналогичные тенденции наблюдали в отношении карьерных изменений: 100% неврологов, 40% неонатологов и 28,6% анестезиологов-реаниматологов задумывались о смене профессии.

Влияние ПВ на личную жизнь

У 33,8% врачей качество жизни значительно ухудшалось, а у 47,7% профессиональная

деятельность иногда мешала, но в целом они справлялись. Существенные проблемы в личной жизни отмечали 6,2% респондентов, с наибольшим процентом среди неврологов (100%) и неонатологов (60%).

Факторы риска ПВ

Выявлены значимые корреляции:

- Высокая интенсивность дежурств (≥ 10 в мес) связана с уровнем ЭИ ($r=0,68$, $p<0,001$).
- Несоответствие оплаты труда нагрузке коррелирует с мыслями о смене профессии ($r=0,65$, $p<0,001$).
- Объем бюрократической нагрузки ассоциирован с утренней усталостью ($r=0,62$, $p<0,001$).
- Работа в стационаре увеличивает риск ПВ по сравнению с амбулаторным приемом ($r=0,45$, $p<0,01$).
- Стаж работы коррелирует с циничным отношением к работе ($r=0,52$, $p<0,001$).

ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты нашего исследования подтверждают высокий уровень ПВ среди врачей, работающих в условиях повышенной нагрузки и стресса, что согласуется с национальными и зарубежными исследованиями [1, 3]. По данным зарубежных авторов, распространенность симптомов выгорания среди врачей может достигать 50–70% [3], а в периоды кризисов, например во время пандемии COVID-19, показатели возрастают до 80% у специалистов интенсивной терапии [3, 4]. В нашем исследовании частота ЭИ среди анестезиологов-реаниматологов (35,7%) несколько ниже, однако следует учитывать, что мы регистрировали именно частые или очень частые симптомы. При включении умеренных проявлений цифры могут оказаться выше.

Влияние пандемии COVID-19: пандемия оказала значительное влияние на психическое состояние медицинских работников [4]. Остаточные эффекты, включая повышенную нагрузку и изменение рабочего ритма, могут продолжать оказывать влияние на уровень ПВ, что требует дальнейшего мониторинга и разработки программ психологической поддержки [4, 5, 8, 9].

Кроме того, как показали наши предыдущие наблюдения, коммуникативные трудности, в частности взаимодействие с так называемыми «трудными» пациентами и их родственниками, также могут рассматриваться как допол-

нительный фактор стресса, способствующий хроническому эмоциональному напряжению и в конечном счете выгоранию. Особенно остро эта проблема стоит в отделениях реанимации и интенсивной терапии, где врачи постоянно сталкиваются с необходимостью экстренного общения в условиях дефицита времени и высокой эмоциональной нагрузки [2, 6, 7, 10, 11].

Ограничения исследования

Одномоментный дизайн исследования ограничивает возможность установить причинно-следственные связи. Небольшая выборка по некоторым специальностям (неврологи, офтальмологи) затрудняет интерпретацию результатов, но исследование планируется продолжать с расширением по специальностям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ПВ, проявляющееся преимущественно в виде ЭИ, остается актуальной проблемой для врачей, особенно для специалистов, работающих в условиях стресса (анестезиологи-реаниматологи, неонатологи, неврологи). Пандемия COVID-19 оказала значительное влияние на психологическое состояние врачей, усугубив имеющиеся проблемы.

Ключевыми факторами риска ПВ являются высокая интенсивность дежурств, низкая удовлетворенность оплатой труда и высокий уровень бюрократической нагрузки, что подтверждается данными литературы. Дополнительным значимым стресс-фактором выступают коммуникативные трудности при взаимодействии с пациентами и их родственниками, особенно в условиях реанимации.

Этическая экспертиза. Публикация исследования одобрена на основании решения этического комитета ФГБОУ ВО Амурская ГМА Минздрава России (протокол № 15/5 от 26.08.2026).

Ethics approval. The publication was approved by the local Ethics Committee of the Amur State Medical Academy of the Ministry of Health of the Russian Federation (Protocol No. 15/5 dated August 26, 2026).

Вклад авторов. Концепция и дизайн исследования, сбор и обработка материала, написание текста, редактирование – Кан Т.В., Барабаш И.В., Ходус С.В. Авторы прочитали и одобрили окончательную версию статьи.

Author's contribution. Concept and design of the study, data collection and processing, text writing, editing – Kan T.V., Barabash I.V., Khodus S.V. All authors reads and approves the final version of the manuscript to be submitted for publication.

Сведения об авторах

Кан Татьяна Владимировна (Tatiana V. Kan) – к.м.н., доцент кафедры анестезиологии, реанимации, интенсивной терапии и скорой медицинской помощи ФГБОУ ВО «Амурская государственная медицинская академия» Минздрава России, Благовещенск, Российская Федерация

E-mail: tanechka_malik@mail.ru

<https://orcid.org/0000-0001-09183-5705>

Барабаш Ирина Владимировна (Irina V. Barabash) – ассистент кафедры анестезиологии, реанимации, интенсивной терапии и скорой медицинской помощи ФГБОУ ВО «Амурская государственная медицинская академия» Минздрава России, Благовещенск, Российская Федерация

E-mail: abuldinov@yandex.ru

<https://orcid.org/0009-0003-1521-1572>

Ходус Сергей Васильевич (Sergei V. Khodus) – заведующий кафедрой анестезиологии, реанимации, интенсивной терапии и скорой медицинской помощи ФГБОУ ВО «Амурская государственная медицинская академия» Минздрава России, Благовещенск, Российская Федерация

E-mail: s.khodus@yandex.ru

<https://orcid.org/0000-0001-5138-3791>

ЛИТЕРАТУРА

1. Maslach C., Jackson S.E. The Maslach Burnout Inventory. В кн: W.L. Curlette, D. E. Smith. Handbook of assessment in industrial/organizational psychology. John Wiley & Sons, 2010.
2. Барабаш И.В., Ходус С.В., Кан Т.В. Поведенческие маркеры трудных пациентов в реанимации и оптимизация общения: опыт внедрения образовательного модуля. *Наука и практика в медицине: Сборник материалов VIII Международного образовательного форума, Благовещенск, 15–17 апреля 2026 года*. Благовещенск: Амурская государственная медицинская академия, 2026. С. 54–56. EDN: SQATZO
3. Shanafelt T.D., Colin P West C.P., Sinsky C., et al. Changes in Burnout and Satisfaction With Work-Life Integration in Physicians and the General US Working Population Between 2011 and 2017. *Mayo Clinic Proceedings*. 2019; 94 (9): 1681–94. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2018.10.02>
4. Кроль Л. Жизнь без выгорания. Как сохранить эмоциональную устойчивость и позаботиться о себе. Москва: Альпина Паблишер, 2023; 224 с.
5. Далл И. От выгорания к балансу. Как успокоить нервы, снять стресс и подзарядиться. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2021; 192 с.
6. Камалов М.Н. Врач и пациент: техника общения и влияния. Ridero, 2020; 180 с.
7. Клопова И.А. Врач vs пациент: практическое руководство по бесконфликтному общению. Ridero, 2022; 120 с.
8. Сильверман Д., Керц С., Дрейпер Д. Навыки общения с пациентами. Пер. с англ. А.И. Дорман. Москва: Гранат, 2018; 304 с.
9. Ходус С.В., Барабаш И.В. Трудный пациент. Благовещенск: Амурская ГМА, 2025; 88 с.

10. Михайлов И.В., Кузнецова О.А. Психологические аспекты взаимодействия с родственниками пациентов реанимационного профиля. *Вестник анестезиологии и реаниматологии*. 2023; 20 (3): 82–7.
11. Бэк Э., Арнольд Р., Талски Дж. Мастерство общения с тяжелобольными пациентами. Москва: Благотворительный фонд помощи хосписам «Вера», 2023; 205 с.

REFERENCES

1. Maslach C., Jackson S.E. The Maslach Burnout Inventory. In book: W.L. Curlette, D. E. Smith. Handbook of assessment in industrial/organizational psychology. John Wiley & Sons, 2010.
2. Barabash I.V., Khodus S.V., Kan T.V. Behavioral markers of difficult patients in intensive care and communication optimization: experience in implementing an educational module. *Science and Practice in Medicine: Collection of Materials of the VIII International Educational Forum, Blagoveshchensk, April 15–17, 2026*. Blagoveshchensk: Amur State Medical Academy, 2026. pp. 54–56. EDN: SQATZO (in Russ.)
3. Shanafelt T.D., Colin P West C.P., Sinsky C., et al. Changes in Burnout and Satisfaction With Work-Life Integration in Physicians and the General US Working Population Between 2011 and 2017. *Mayo Clinic Proceedings*. 2019; 94 (9): 1681–94. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2018.10.02>
4. Krol L. Life Without Burnout. How to Maintain Emotional Resilience and Take Care of Yourself. Moscow: Alpina Publisher, 2023; 224 p. (in Russ.)
5. Dall I. From Burnout to Balance. How to Calm Your Nerves, Relieve Stress, and Recharge. Moscow: Mann, Ivanov and Ferber, 2021; 192 p. (in Russ.)
6. Kamalov M.N. Doctor and Patient: Communication and Influence Techniques. Ridero, 2020; 180 p. (in Russ.)
7. Klopova I.A. Doctor vs Patient: A Practical Guide to Conflict-Free Communication. Ridero, 2022; 120 p. (in Russ.)
8. Silverman D., Kertz S., Draper D. Communication Skills with Patients. Translated from English by A.I. Dorman. Moscow: Granat, 2018; 304 p. (in Russ.)
9. Khodus S.V., Barabash I.V. Difficult Patient. Blagoveshchensk: Amur State Medical Academy, 2025; 88 p. (in Russ.)
10. Mikhailov I.V., Kuznetsova O.A. Psychological aspects of interaction with relatives of patients in the intensive care unit. *Bulletin of Anesthesiology and Resuscitation*. 2023; 20 (3): 82–7. (in Russ.)
11. Beck E., Arnold R., Talsky J. Mastering Communication with Seriously Ill Patients. Moscow: Vera Charitable Foundation for Hospice Support, 2023; 205 p. (in Russ.)